

ECOLE DU NORD



0 a 100 kcal

Arachide



Produit laitier



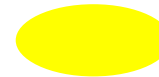
100 a 200kcal



Poisson



Céréale



200 a 400kcal



Crustacé



Oeuf



400 a 800kcal

Fruit à coque



Céleri



Moutarde



Sésame



Mollusque



Soja



SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT









SEM 1	LUNDI 06-avr	MARDI 07-avr	MERCREDI 08-avr	JEUDI 09-avr	VENDREDI 10-avr
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade poisson à la mauricienne 	Salade César 	Salade fermière 	Salade turque 	Salade piémontaise au jambon de poulet
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Bolognaise de poulet et linguinis au beurre 	Riz frit Poisson salé Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail 	Bœuf stroganoff, riz basmati et salade mixte 	Oeuf brouillé au fromage et champignon, pomme rôtie 	Mine frit au poulet/œuf
Adaptation MATERNELLE	Bolognaise de poulet et coquillettes au beurre 				
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Linguinis arabiata 	Riz frit Légumes Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail 	Salade fermière (sans viande) 	Salade turque 	Mine frit légumes
DESSERT	Yaourt nature 	Fruit	Gateau vanille aux pommes 	Compote de fruit	Gelée aux fruits

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT




















SEM 2	LUNDI 13-avr	MARDI 14-avr	MERCREDI 15-avr	JEUDI 16-avr	VENREDI 17-avr
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade calamar et papaye verte 	Salade pois chiche et jambon de poulet 	Salade de pâtes et surimi 	Salade grecque 	Salade de poulet satay
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Curry de poulet au lait de coco, riz, salade concombre 	Lasagne de poisson 	Daube d'agneau petits pois et pomme de terre, riz 	Penne sauce tomate pesto & parmesan 	Feuilleté de bœuf au légumes et salade verte
adaptation MATERNELLE				Coquillettes sauce tomate & fromage 	
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Curry de paner au lait de coco, riz, salade de concombre 	Lasagne de légumes 	Daube de légumes et riz 	Penne sauce tomate pesto & parmesan 	Feuilleté au légumes et salade verte
DESSERT	Yaourt au fruit 	battonnet de fruit sec 	Fruit 	Yaourt nature 	Roulé a la confiture et coco

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT






SEM 3	LUNDI 20-avr	MARDI 21-avr	MERCREDI 22-avr	JEUDI 23-avr	VENREDI 24-avr
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade de choux fleur rôti, olives et œufs durs 	Salade de melon au jambon 	Salade de calamar méditerranéenne 	Salade de haricots verts à l'orange, poulet fumé et amande 	Salade de vindaye de poisson
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Bœuf aux haricots rouges, sauce tomate et riz basmati 	Rougaille de poisson salé, riz basmati et lentilles rouge 	Foo-yang poulet, œuf et salade verte 	Kalia de bœuf, riz basmati salade de concombre 	Couscous de poulet et semoule de blé

PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Ratatouille et riz basmati 	Rougaille de paneer, riz basmati et lentilles rouge 	Salade tofu méditerranéenne 	Kalia légumes riz basmati 	Couscous légumes et semoule de blé 
DESSERT	Yaourt nature 	Crème café 	Fruit	Compote de fruit	Brownies 

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT





















SEM 4	LUNDI 11-mai	MARDI 12-mai	MERCREDI 13-mai	JEUDI 14-mai	 VENDREDI 15-mai
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade de riz au thon et maïs 	Salade de poulet au poivron et tomate 	Salade fusilli au poivron, pesto et poulet rôti 	Salade taboulé au poulet 	Salade de betterave pomme verte et poulet fumé 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Riz frit poulet et œuf chutney pomme d'amour et sauce d'ail 	Curry de poisson et bringelle, riz, salade concombre 	Cuisse de poulet rôti au miel et moutarde, sauce poivre noir, pomme paillasson et légumes sautés à l'ail 	Mine frit au bœuf 	Gratin de légumes, saucisse de poulet 
adaptation MATERNELLE			Poulet à la crème, pomme paillasson et légumes sautés à l'ail 		
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Riz frit Légumes Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail 	Curry de légumes et bringelle, riz, salade de concombre 	Pomme paillasson, légumes sautés à l'ail et tofu, pain 	Mine frit légumes 	Gratin de légumes et pain 
DESSERT	Fruit 	Mousse chocolat 	Fruit	Crème à la noix de coco 	Yaourt nature 

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT

SEM 5	LUNDI 18-mai	MARDI 19-mai	MERCREDI 20-mai	JEUDI 21-mai	 VENDREDI 22-mai
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade de marlin fumé 	Salade de pâtes aux œufs durs 	salade de giraumon roti aux pousses d'épinards, feta et quinoa 	Salade tomate jambon poulet et fromage 	Salade de haricots rouges au thon 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				

REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Penne sauce carbonara au boucané de poulet fumé 	Parmentier de poisson 	Steak haché de bœuf, purée de giraumon 	Rougaille saucisse poulet riz basmati et lentilles noires salade de concombre 	Lasagnes de poulet et salade verte 
adaptation MATERNELLE	Coquillettes sauce carbonara au boucané de poulet fumé 				
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Penne à la crème de champignon 	Parmentier de légumes 	Purée de giraumon, brochette de tofu, salade verte 	Paneer sauce rougaille riz basmati et lentilles noires salade de concombre 	Lasagne de légumes et salade verte 
DESSERT	Fruit 	flan pâtissier au raisin 	Yaourt nature 	Fruit 	Quatre quart marbré 







SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT













SEM 6	LUNDI 25-mai	MARDI 26-mai	MERCREDI 27-mai	JEUDI 28-mai	VENDREDI 29-mai
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade libanaise 	Salade poulet Charcives 	Salade de foie de volaille au pomme et miel 	Salade de thon tandoori 	Salade de calamar a la provencale 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Butter chicken et riz basmati a la citronnelle 	Feuilleté de thon et salade verte 	Bœuf sauce satay et nouilles de riz 	Tagine de poulet au fruit sec et semoule de blé 	Mafé de poulet et riz blanc 
Adaptation MATERNELLE					
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Salade libanaise végétarienne 	Feuilleté au fromage et salade verte 	Tofu sauce satay et nouilles de riz 	Tagine de légumes au fruit sec et semoule de blé 	Mafé de légumes et riz blanc 
DESSERT	Yaourt nature 	Gateau aux amandes et aux agrumes 	Fruit 	Compote de fruit 	Meringue et chocolat 

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT




















SEM 7	LUNDI 01-juin	MARDI 02-juin	MERCREDI 03-juin	JEUDI 04-juin	VENDREDI 05-juin
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade de lardon de poulet fumé et œufs durs 	Salade poulet fumé et pomme de terre 	Salade de poisson au poivron et tomate 	Salade niçoise 	Salade thai vermicelle au poulet 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Hachis parmentier Bœuf 	Carbonara de marlin fumé et penne 	Blanquette de poulet au petits légumes et riz persillé 	Cuisson de poulet roti sauce poivre vert, purée de pomme de terre et petits légumes sautés au thym 	Rôti de bœuf, et son jus de cuisson gratin légumes et pain 
Adaptation MATERNELLE				Poulet à la crème, purée de pomme de terre et petits légumes sautés au thym 	
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Salade teokon et vinaigrette balsamique 	Penne sauce champignon 	Blanquette de petits légumes et riz persillé 	Purée de pomme de terre et petits légumes sautés au thym & Tofu 	Salade thai vermicelle au tofu 
DESSERT	Fruit	Yaourt nature 	Pannacotta chocolat 	Yaourt au fruit 	Far breton 

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT

SEM 8	LUNDI 08-juin	MARDI 09-juin	MERCREDI 10-juin	JEUDI 11-juin	VENDREDI 12-juin
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade poisson à la mauricienne 	Salade César 	Salade fermière 	Salade turque 	Salade piémontaise au jambon de poulet 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Bolognaise de poulet et linguinis au beurre 	Riz frit Poisson salé Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail	Bœuf stroganoff, riz basmati et salade mixte	Oeuf brouillé au fromage et champignon, pomme rôtie	Mine frit au poulet/œuf

Adaptation MATERNELLE	Bolognaise de poulet et coquillettes au beurre 				
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Linguinis arabiata 	Riz frit Légumes Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail 	Salade fermière (sans viande) 	Salade turque 	Mine frit légumes 
DESSERT	Yaourt nature 	Fruit	Gateau vanille aux pommes 	Compote de fruit	Geléé aux fruits

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT

SEM 9	LUNDI 15-juin	MARDI 16-juin	MERCREDI 17-juin	JEUDI 18-juin	VENDREDI 19-juin
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade calamar et papaye verte 	Salade pois chiche et jambon de poulet 	Salade de pâtes et surimi 	Salade grecque 	Salade de poulet satay 
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Curry de poulet au lait de coco, riz, salade concombre	Lasagne de poisson	Daube d'agneau petits pois et pomme de terre, riz	Penne sauce tomate pesto & parmesan 	Feuilleté de bœuf au légumes et salade verte
adaptation MATERNELLE				Coquillettes sauce tomate & fromage 	
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Curry de paneer au lait de coco, riz, salade de concombre 	Lasagne de légumes 	Daube de légumes et riz 	Penne sauce tomate pesto & parmesan 	Feuilleté au légumes et salade verte 
DESSERT	Yaourt au fruit 	battonnet de fruit sec	Fruit	Yaourt nature 	Roulé a la confiture et coco 

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT

SEM 10	LUNDI 22-juin	MARDI 23-juin	MERCREDI 24-juin	JEUDI 25-juin	VENDREDI 26-juin

SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade de choux fleur rôti, olives et œufs durs 	Salade de melon au jambon 	Salade de calamar méditerranéenne 	Salade de haricots verts à l'orange, poulet fumé et amande 	Salade de vindaye de poisson
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Bœuf aux haricots rouges, sauce tomate et riz basmati 	Rougaille de poisson salé, riz basmati et lentilles rouge 	Foo-yang poulet, œuf et salade verte 	Kalia de bœuf, riz basmati salade de concombre 	Couscous de poulet et semoule de blé
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Ratatouille et riz basmati 	Rougaille de paneer, riz basmati et lentilles rouge 	Salade tofu méditerranéenne 	Kalia légumes riz basmati 	Couscous légumes et semoule de blé
DESSERT	Yaourt nature 	Crème café 	Fruit	Compote de fruit	Brownies

SALADE / REPAS / VEGETARIEN + DESSERT

SEM 11	LUNDI 29-juin	MARDI 30-juin	MERCREDI 01-juil	JEUDI 02-juil	 VENDREDI 03-juil
SALADE COMPOSÉE + DESSERT	Salade russe au œuf dure (pomme de terre, carotte, betterave) 	Salade de bœuf roti 	Salade de gateau piment 	Salade de poule a la mauricienne 	Salade de riz au thon et maïs
ENTREE	CRUDITES ou SOUPE FROIDE				
REPAS EQUILIBRÉ = ENTREE + PLAT + DESSERT	Gratin de pate au jambon de poulet et champignon 	Poisson vindaloo et riz basmati 	Cassoulet de poulet roti , boucané et pain 	Chop sue de poulet et riz basmati 	Riz frit poulet et œuf chutney pomme d'amour et sauce d'ail
Adaptation MATERNELLE					
PLAT VEGETARIEN = ENTREE + PLAT + DESSERT	Salade russe (pomme de terre, carotte, betterave) 	Légumes vindaloo et riz basmati 	Salade de gateau piment 	Chop sue de legume et riz basmati 	Riz frit Légumes Chutney de pomme d'amour et sauce à l'ail
DESSERT	Yaourt nature 	Tarte au pomme 	Fruit	Compote de fruit	Fruit